

兒童活動

成長活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
成長教室	6-8 歲	小組	10/9、 24/9、 8/10、 22/10、 5/11、 19/11、 3/11、 17/12(逢五)	16:30 至 17:15	8	中心	240	8	本季度學主題如下： 1. 記憶力 2. 創新解難 3. 溝通協作 透過小組活動強化參加的個人成長技能，促進全人發展	負責職員:李耀森
Zoom 成長教室	7 至 11 歲	Zoom 網上小組	7/9、21/9、 5/10、 19/10、 2/11、 16/11、 30/11、二	17:15 至 17:45		中心		8	本季度學主題如下： 4. 記憶力 5. 創新解難 6. 溝通協作 透過小組活動強化參加的個人成長技能，促進全人發展。	負責職員:李耀森
桌遊小組	8-11 歲	小組	11/9、 25/9、 9/10、 23/10、 6/11、 20/11、 4/12、 18/12(逢六)	16:30 至 17:30	8	中心	240	8	透過桌遊訓練參加者以下學習能力： 1. 專注力 2. 記憶力 3. 組織能力	負責職員:李耀森
成長教室	9-11 歲	小組	10/9、 24/9、 8/10、 22/10、 5/11、 19/11、 3/11、 17/12(逢五)	17:45 至 18:30	8	中心	240	8	本季度學主題如下： 7. 記憶力 8. 創新解難 9. 溝通協作 透過小組活動強化參加的個人成長技能，促進全人發展	負責職員:李耀森
兒童專注力小組	6-8 歲	小組	6/10 至 27/10 (逢三)	17:00 至 18:00	4	本單位	240	6	從小培養小朋友專注力相當重要，如果小朋友做事情總是三分鐘熱度，較難維持長久的專注力及抑制行為，會影響他們的學習、日常生活及社交表現。透過不同訓練方式，例如反應遊戲、反覆的訓練及持續性練習等，改善小朋友會容易分心及缺乏耐性等習性。	*負責職員：潘玉霜 (霜霜姑娘)
讀寫能力提升小組	7-9 歲	小組	7/10 至 4/11(逢四)	17:00 至 18:00	4	本單位	240	6	小朋友在閱讀時經常讀錯或混淆同音或讀音相近的字詞，或是在書寫時常會錯漏百出，寫錯字、串錯字或漏寫筆劃？有機會是由於他們在文字處理上的認知能力未夠成熟，故小朋友在閱讀或書寫時會出現不同的問題，小組透過不同的協調及認知活動、認字及學習寫字的方法等，幫助小朋友掌握學習文字的方法，提升其學習興趣，從而增強他們的學習效能。	*負責職員：潘玉霜 (霜霜姑娘)

成長系列:ZOOM 兒童速成學習班	9-12 歲	小組	8/10 、 15/10 、 22/5(逢五)	18:00 至 19:00	3	ZOOM 平 台	20 元	6	教授兒童基礎速成，除增加知識外，亦可應對未來功課及學習上需要。	*負責職員：呂庭淑(Sam) *參加者需於活動前安裝 ZOOM 軟件
Wellness Moment-情緒表達劇場	9-12 歲	小組	5/10 、 12/10 、 19/10(逢二)	18:15 至 19:15	3	本單位	50 元	6	透過劇場學習舞台走位、聲線運用，更以自身生活創造話劇劇本，學習將你的情緒表達出來，放鬆心情。	*負責職員：呂庭淑(Sam)
開心童玩- 學習系列之 記憶力大門 法	7-9 歲 低收入 家庭小朋友	小組	3/11 至 24/11 (逢三)	17:00 至 18:00	4	本單位	免費 按金 \$100	6	本課程以記憶法協助參加者學習基本記憶法，透過有系統之訓練，循序漸進地使大腦全面整合，從而提升個人學習能力，改善學習表現。	*負責職員: 潘玉霜(霜霜姑娘) 出席滿 80%才可退回按金
開心童玩- 趣味解難一 小時	7-9 歲 低收入 家庭小朋友	小組	11/11 至 2/12 (逢四)	17:00 至 18:00	4	本單位	免費 按金 \$100	6	是次小組透過體驗活動及小組互動遊戲，讓參加者學習解決問題的技巧，從而提升小朋友面對困難時解難能力及積極樂觀的態度。	*負責職員: 潘玉霜(霜霜姑娘) 出席滿 80%才可退回按金

義工活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
送菜速遞小義工	9-12 歲	服務	4/9(六)	10:30 至 12:30	1	本單位四樓	免費	6	青年發起收集剩食菜類，招募小學生義工和他們一起上門贈送予長者及有需要人士。	*負責職員：呂庭淑 (Sam) *服務計算入義工時數

戶外活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
郵輪碼頭約會	9-12 歲	活動	11/9(六)	10:30 至 18:00	1	啟德郵輪碼頭	100 元	16	於郵輪碼頭尋找生活氣息，美麗長廊加上豪華郵輪，還可以於公園中欣賞香港景色，最簡單、舒服的一天。	*負責職員：呂庭淑 (Sam) *已包午膳費、自備車資
Wellness Moment-打卡之最-中環碼頭摩天遊	7-9 歲	活動	27/11(六)	10:30 至 18:00	1	中環	120	12	向中環出發，於中山公園進行互動遊戲及小任務，讓參加者學習與人相處及自理，更可 15 分鐘坐摩天輪飽覽香港景色，和巨輪合照打卡。	*負責職員：呂庭淑 (Sam) *已包午膳費及摩天輪費 1 次、自備車資
燒乳鴿大賽	9-12 歲	活動	6/12(日)	10:00 至 18:30	1	大棠郊野公園	150	16	透過任務、全組合作爭取不同材料奄製乳鴿，並需做出菜譜及簡介該組構思及煮法。玩法新穎有創意，歡迎喜歡挑戰的你，可能你就係小廚神。	*負責職員：呂庭淑 (Sam) *已包午膳及材料費。 *自備車資

家庭活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
Wellness Moment-親親親子行(大棠紅葉)	6-12 歲會員及其家長	活動	24/10(日)	10:00 至 17:00	1	大棠	20	16	秋高氣爽、天朗氣清，最適合行山，大棠除路段啱一家大細，更可因應時節有不同風貌，秋季紅葉機會大，等我地一齊上山搜索紅葉啦~	*負責職員：呂庭淑 (Sam) *請自備車資及簡單午膳

I MAKER 學院

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
I Maker學院-小聰明工程系列	6-8 歲	小組	8/10 至 29/10 (逢五)	17:00 至 18:00	4	本單位	200	6	運用 STEAM 的工程及科學 2 個專業知識，動手做出不同的機械小玩意，並能互相進行比拼，從構思及製作上體驗創新動手做，學習解決問題、培養綜合素養以及五感學習。	*費用包括材料及工具 *負責職員：潘玉霜
I Maker學院-水上工程系列	9-11 歲	小組	5/11 至 26/11 (逢五)	17:00 至 18:00	4	本單位	200	6	運用 STEAM 的工程及科學 2 個專業知識，動手做出各種水上交通小玩具，從構思及製作上體驗創新動手做，學習解決問題、培養綜合素養以及五感學習。	*費用包括材料及工具 *負責職員：潘玉霜

體驗活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
小畫家大創作-9月	3-5歲	小組	21/9、28/9 (逢二)	16:30 至 17:30	2	本單位	30	8	透過不同的繪畫工具，發揮創作力，創造一幅獨一無二的畫作。	*已包括繪畫工具。 *自備圍裙及手袖。 *負責職員：劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment-桌遊天地	6-12歲	小組	3/9、24/9 (逢五)	17:00 至 18:00	2	本單位	10	8	透過定期的桌上遊戲活動建立良好的興趣，學習與人合作和溝通的技巧，寓學習於娛樂。	*負責職員：劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment-星空瓶製作	4-6歲	活動	8/10(五)	1730-1830	1	本中心	20	8	一齊發揮創意小宇宙，製作漂亮的星空瓶！	*負責職員：章恩寧
蠟燭製作—夏日下午茶篇	8-10歲	小組	23/9-14/10 (逢四)	16:00 至 17:30	4	本單位	350	8	捉緊夏天的尾巴，利用蠟燭製作不同款式的夏日特飲及甜點。	*負責職員：劉翠嫻(Tracy)
月餅蠟燭製作	8-10歲	活動	20/9(一)	16:00 至 17:30	1	本單位	120	8	就嚟中秋，如果想過一個特別又有趣嘅中秋，就一齊嚟用蠟燭整月餅蠟燭啦！	*負責職員：劉翠嫻(Tracy)
小畫家大創作-10月	6-8歲	小組	5/10-26/10 (逢二)	16:30 至 17:30	4	本單位	60	8	透過不同的繪畫工具，發揮創作力，創造一幅獨一無二的畫作。	*已包括繪畫工具。 *自備圍裙及手袖。 *負責職員：劉翠嫻(Tracy)
蠟燭製作-多肉植物	8-10歲	活動	21/10-28/10 (逢四)	16:00 至 17:30	2	本單位	150	8	活動利用蠟燭製作多肉植物，讓參加者暫時放下煩惱，感受當下。	*負責職員：劉翠嫻(Tracy)
杯墊DIY	8-10歲	活動	16/10(六)	16:00 至 17:00	1	本單位	50	8	如果想嘗試整一個屬於自己獨一無二嘅杯墊，就一齊嚟動手做啦！	*負責職員：劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment 禪繞畫	9-12歲	小組	9/10、16/10、23/10(六)	10:30-11:30	3	本中心	60	8	藉簡單圖案組合出如「秘密花園繪本」中的精美圖畫，過程中更可放鬆心靈，放下學習及生活壓力。	*負責職員：章恩寧
手指畫創作大師	6-8歲	小組	2/11-23/11 (逢二)	16:30 至 17:30	4	本單位	40	8	透過創作手指畫，讓參加者盡情發揮想像力和創造力，建立自信，以及自由表達想法及自我。	*已包括繪畫工具。 *自備圍裙及手袖。 *負責職員：劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment-DIY紙巾綉球花(OL)	9-12歲	活動	20/11(六)	11:00 至 12:00	1	本單位	20元	8	25/11為感恩節，趁有幾日時間，學習手巧之餘，更發揮你的創意力，讓紙巾千變萬化，造出獨一無二的綉球花，送給你重視的人。	*負責職員：呂庭淑(Sam)
Wellness Moment-香薰包製作	6-8歲	活動	12/11(五)	1730-1830	1	本中心	30	8	學習分辨不同香薰的功效，找出自己最喜歡的氣味並製作療癒身心的香薰包。	*負責職員：章恩寧

郊遊攝影樂	8-12 歲	活動	27/11(六)	09:00-17:00	1	屯門菠蘿山	20	8	一同前往 菠蘿山 享受郊遊的樂趣。菠蘿山被喻為港版迷你大峽谷，這次郊遊除了欣賞大自然的景色外，更邀請每位參加者攜帶一部可攝影的器材(如:相機、電話)讓我們一同邊郊遊邊享受攝影的樂趣。	*自備車費及簡單午餐 *參加者需自行攜帶可攝影的器材(如:相機、電話) *負責職員: 章恩寧姑娘
-------	--------	----	----------	-------------	---	-------	----	---	--	--

青年活動

體驗活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
狼人之夜	12 歲或以上	活動	11/9、25/9、9/10、23/10、6/11、20/11、4/12、18/12(逢六)	19:00 至 21:00	8	中心	50	16	本季合曾參與期狼人殺及曾參與上季度的玩家,除重溫「預女獵守」各個神牌角色,同時嘗試不同神角色如「騎士」、「禁言長老」等!「狼王」、「白狼王」等狼角也是本季度遊戲體驗重點。	負責職員:李耀森
文青聚集地@永生花擺設製作	12-18 歲	小組	15/10(五)	18:00-19:30	1	本單位	240	6	永生花是由真花加工後製作而成,擁有鮮花般鮮艷的顏色,卻能在乾燥環境擺放超過一年的時間。本活動會帶領學員製作永生花擺設一個,並在過程中學習處理乾花及永生花的技巧、體驗花藝創作予人心靈上的療癒!	*費用包括所有乾燥花及永生花素材,最後可帶走成品一個 *負責職員: 章恩寧
永生花相架	11-15 歲	活動	13/11(六)	16:00 至 17:00	1	本單位	160	8	永生花指的是透過特殊加工的鮮花。通過特殊處理,它的保存期間比鮮花更長久。製作永生花相架,鎖住每一刻感動的時刻!	*負責職員: 劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment-玻璃瓶創作	12-18 歲	小組	27/11(六)	17:00 至 18:00	1	本單位	50	8	生活中總會剩下不少玻璃瓶,把玻璃瓶當成垃圾丟掉太可惜了!它可以DIY製作成一個漂亮的花瓶等創意擺設,通過這些創意帶來創作的靈感,大家齊來體驗這種具有心靈療癒力的創作方式吧!	*費用包括材料及工具 *負責職員: 潘玉霜
Wellness Moment-天然護膚 DIY	11-14 歲	活動	20/11(六)	16:00 至 17:00	1	本單位	90	8	透過製作天然護膚品,讓參加者學會愛護自己。	*負責職員: 劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment-噴畫創作	12-18 歲	小組	4/12(六)	17:00 至 18:00	1	本單位	150	8	噴畫能減輕生活壓力,輕鬆抒發自我內心感受,創造空間沒有規範、沒有題材限制,能發揮你無窮的創作小宇宙及想象力!	*費用包括畫布、顏料及所需工具 *負責職員: 潘玉霜
Wellness Moment 蠟燭造型DIY—聖誕特輯	11-14 歲	小組	2/12-22/12 (逢四)	16:00 至 17:30	4	本單位	350	8	聖誕來臨,利用蠟燭製作不同款式的聖誕作品。	*負責職員: 劉翠嫻(Tracy)
Wellness Moment-聖誕玻璃燈	11-15 歲	活動	18/12(六)	16:00 至 17:00	1	本單位	160	8	透過製作聖誕樹玻璃燈,感受別具風味的聖誕節!	*負責職員: 劉翠嫻(Tracy)

體驗活動

[illegible]

M21 Air:大玩特玩	12-24 歲	活動	30/10(六)	19:00 至 21:00	1	ZOOM 平台	免費	6	招募挑戰者與我們進行對戰 只要你有其中一樣: 1) 骨格精奇 2) 為人淡定 3) 有特別技能 4) 夠勇敢 就來挑戰 每人輪流出題目, 你的強項別人都做到還是你是獨一無二!	*負責職員: 呂庭淑 (Sam) *參加者必需於活動前安裝 ZOOM 軟件
--------------	---------	----	----------	---------------------	---	---------	----	---	--	--

營地活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
聖誕野營樂	10-12 歲	露營	18/12(六) 至 19/12(日)	13:00-翌日 13:00	1	元朗區	\$150	12	聖誕諗唔到去邊好?不如同我地一齊上山睇靚星, 係野外烹飪聖誕大餐, 過一個難忘的聖誕。	*負責職員: 胡展華 *包住宿, 膳食 *自備交通

TY Band 友夜

日期: 2/10(六)

時間: 19:00 至 21:00

對象: 想夾 BAND 之 BAND 友

地點: 本單位二樓演藝廳

費用: 免費

內容:

天耀盛事, 由來自不同地區的青年負責的勁歌, 喜歡熱鬧既你一定唔可以錯過, 一齊黎享受勁爆週末。活動會網上直播

*負責職員: Q SIR

〈茂峰學生專區〉

***只限本年就讀茂峰學生，如報活動可到 BMF 社工室報名

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
桌遊小天地	就讀茂峰學生	小組	逢星期一	午膳時間 12:20-13:20	--	茂峰社工室	免費	20	以桌遊作為媒介，訓練合作、思維方式、語言表達和情商能力，寓學習於娛樂	*負責職員: 章恩寧姑娘
M21 Air-BMF 社區攝製隊	就讀茂峰學生	小組	逢期三	午膳時間 12:20-13:20	--	茂峰社工室	免費	15	學校、社區，處處都有千奇百怪的事在上演，身為社區的一份子，讓我們拿起攝錄機，記錄天水圍的點滴，溫暖這個社區。	*負責職員: 章恩寧姑娘
藝文青手作坊	就讀茂峰學生	小組	3/12(五)	午膳時間 12:20-13:20	1	茂峰社工室	免費	8	手作不單能打發時間，有沒有想過做手作的過程可以療癒心靈？放下煩惱，盡情投入手作製作，給予一個與自己對話的空間。	*負責職員: 章恩寧姑娘

義工活動

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
貓星人義工團	12 歲或以上	義工小組	12/9、26/9、10/10、24/10、7/11、21/11、5/12、19/12(逢日)	10:00 至 14:00	8	貓舍	50	8	貓義工組隊往貓舍進行清潔服務，同時學習「馴養」技巧，以助貓舍內的貓貓適應與人相處及改善貓貓的生活狀況。	負責職員:李耀森
米站義工	12 歲或以上	活動	24、25/9、29、30/10、26、27/11、17、18/12(五及六)	15:00 至 21:00	8	中心	免費	6	協助米站運作，上門送米予需要的米戶，關懷區內有需要的家庭。	負責職員:李耀森
Ukitchen-快樂新「煮」意	13-18 歲	活動	24/9(五)	19:00 至 20:00	1	天耀邨	免費	6	青年親手整作健康食物予獨區長者，誠邀你一起包裝及送贈給有需要人士。	*負責職員：呂庭淑(Sam) *有興趣參加者可留名及電話，負責工會直接聯絡。
43 義工隊：長者關懷服務	12 歲或以上	小組	待定	待定		中心	免費	8	義工定期上門探訪有需要的長者，為他們送上關懷。有意參與長者服務的義工歡迎加入義工隊服務區內長者	負責職員:李耀森
鄰舍 98 隊：義工迎新日	12-25 歲	活動	23/10(六)	17:00 至 18:00	1	本單位	免費	10	由一群勇於接受挑戰、敢於創新的年青人做主導，發揮自己之優點及才能，一同策劃及帶領義工活動，主要服務對象為聽障人士。如你有興趣與一班志同道合年青人一同合作，便立即加入我們吧！	*負責職員: 潘玉霜
鄰舍 98 隊：義工集訓 camp	12-25 歲	活動	18/12 至 19/12 (六至日)	14:00 至 17:00	3	西貢 (暫定)	350	12	從各種團體遊戲了解大家的優缺點，與志同道合年青人一同入 CAMP 感受彼此的心中的那團火！	*負責職員: 潘玉霜
鄰舍 98 隊：義工服務日	12-25 歲	活動	20/11(六)	14:00 至 16:00	1	本單位	免費	10	活動招攬熱心義工，於社區派發心意禮物，以發揚鄰里守望相助的精神，傳遞愛與關懷的訊息，促進彼此關顧的支援網路。	*負責職員: 潘玉霜
劇本殺 - 任務主持人	12 歲或以上	活動	逢星期五	15:00 至 18:00 19:00 至 21:00	4	本中心	免費	4	睇太多柯南?太多推理劇?係時候發揮你既福爾摩斯頭腦，一場撲朔迷離的懸案完全由你主宰，到底任務能否順利完成，一切由你決定。	*負責職員：胡展華(Q Sir)
救灘行動義工	13 歲以上	籌備	5/10(二)	18:00 至 19:00	1	本中心及屯門區	免費	8	廢罐?膠袋?一件又一件的垃圾頻繁地出現沙灘上，你會否踏出一步，拯救我們的生態環境?來當個英雄吧。	*負責職員：胡展華(Q Sir)
		活動	9/10(日)	14:00 至 17:00						

鄰舍 125 隊	13 歲以上青年	小組	逢星期二	19:00-20:00	4	本中心	免費	12	由青年推動，每星期會進行一次的例會，每月一次的服務，學習如何籌備活動及成為義工領袖，歡迎各位有興趣的義工加入。	*負責職員：胡展華 (Q Sir)
電競剪片義工小組	13-18 歲	小組	逢星期二	16:30-18:00	每月 4 節	本中心	\$40	6	想唔想成為電競選手分享打機片?或者有好多心得觀念想透過影片分享出去?一齊黎參加呢次既活動啦~本活動將會教授簡單剪接、配音、特效，並協助本單位剪接不同活動的影片。	*負責職員：胡展華 (Q Sir)

活動名稱	對象	活動性質	日期/星期	時間	節數	活動地點	收費(元)	名額	活動內容	備註
共享溫習室	12 歲或以上	小組	中心開放時間	中心開放時間	-	中心	免費	12	備戰應考的位同學，想利用中心的共享間進行小組溫習，歡迎參與共享溫習室計劃，利用小組學習加強溫習成果	負責職員:李耀森

其他

惡劣天氣活動安排

天氣惡劣指引	中心服務	中心內課程 或活動	戶外活動	
			一般戶外活動	水上及野外活動
一號颱風信號	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	立刻停止或取消*
三號颱風信號	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	取消*
八號或更高颱風信號	暫停開放▲	取消或立即停止▲	取消*	取消*
黃色暴雨警告	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	視乎天氣而定
紅色暴雨警告	照常開放	照常進行	取消或延期*	取消或延期*
黑色暴雨警告	暫停開放+	取消或延期+ (如課程或活動已開始，照常進行)	取消或延期*	取消或延期*
雷暴警告	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	立刻停止或取消

備註：

- ▲
- 如信號在青年空間開放前發出，青年空間將暫停開放。
 - 如信號在青年空間開放後發出，請家長儘快到青年空間接子女回家。
 - 青年空間會在天文台除下信號兩小時後恢復開放。若信號在下午五時後除下，當天晚上青年空間則仍停止開放。
- +
- 如黑色暴雨警告在青年空間開放前發出，青年空間將暫停開放。
 - 如黑色暴雨警告在青年空間開放後發出，青年空間將讓會員留於單位內，確保安全情況下離開。
 - 青年空間會在天文台除下黑色暴雨警告兩小時內恢復開放。若黑色暴雨警告在晚上八時後除下，當天晚上青年空間則停止開放。
- *
- 若上午七時已發出上述信號，上午或全日舉行的戶外活動取消或延期。
 - 若中午十二時或之前已發出上述信號，下午舉行的戶外活動取消或延期。
- ※
- 當信號／警告懸掛，而活動照常進行時，家長可自行決定是否讓子女繼續參加活動，唯若參加者缺席活動，本會將不會辦理退款。

*繳費後，表示有關活動的參加資格已獲得正式確認；參加資格不能轉讓，所繳費用概不退回。

活動更改或取消

1. 如報名人數不足，本單位保留取消活動的權利，以確保善用資源；參加者所繳費用，會按程序全數退回。
2. 如活動遇特別事故，屬非舉辦單位所能控制的情況（例如：颱風、暴雨、自然災禍等），在一般情況下，本會不會另行補課、改期或退款。
3. 如活動在過程中因行政理由（例如：導師生病、突發性停電等）未能如期舉行，本單位會安排補課或改期，惟所繳費用恕不退還。
4. 若由於單位行政調動而導致活動取消，參加者所繳費用，會按程序退回。
5. 本單位不接受參加者因私人事故而缺席活動之退款申請；但倘若由於單位行政調動而導致未展開的活動延期，本單位主任將按個別情況作出考慮。
6. 本單位保留更改活動及退款之最終決定權。